



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.06.16. - 2025.06.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/16/2025 hétfő	(00559)	E	Zöldborsófőzelék (tejmentes, szőlőcukorral)	930.39	222.58	10.43	5.65	0.56	32.00	1.16	0.23		
			Burgonyaleves	458.24	109.63	3.01	2.30	0.27	18.87	0.07	0.89		
			Flekkén szelet	770.95	184.44	17.60	10.28	2.73	5.14	0.13	0.76		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 715.52	649.65	35.94	19.43	3.86	80.11	1.51	2.33		
6/17/2025 kedd	(00559)	E	Fejlett bableves (TEJMENTES)	511.06	122.26	4.58	3.16	0.38	18.64	0.11	0.71		
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Afrikai harcsapörkölt	553.89	132.51	13.16	7.22	0.64	3.51	0.27	0.93		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Összesen:	2 417.64	578.38	24.14	17.17	1.80	80.99	0.38	2.27		



ISKOLA ÉTTEREM

6/18/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktószeg. Komló	E	Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90		
		Brassói aprópecsenye	1 650.60	394.88	22.98	12.65	3.79	45.90	0.24	0.51		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	2 763.20	661.06	31.20	18.19	4.61	89.71	0.39	2.57		



ISKOLA ÉTTEREM

6/19/2025 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg. Komló	E	BrokkolikréMLEVES (TEJMENTES)	341.22	81.63	3.10	2.34	0.24	11.98	0.83	0.61		
		Tarhonyás hús	2 133.64	510.44	27.43	17.79	3.94	59.44	0.34	0.75	 	
		Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
		Összesen:	2 647.22	633.30	31.59	20.26	4.19	80.15	1.17	1.89		



ISKOLA ÉTTEREM

6/20/2025 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Pulykaraguleves	510.66	122.17	11.49	3.91	0.86	10.05	0.00	0.94		
		Párolt sertésszelet	732.37	175.21	17.17	10.70	2.79	2.34	0.08	0.61		
		Sárgarépás rizs	1 292.63	309.24	5.84	6.75	0.79	55.87	0.00	1.03		
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
		Összesen:	2 629.35	629.03	35.30	21.44	4.44	72.85	0.08	3.00		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!